

LUNDI

09H15 / 10H15
BODY SCULPT

10H15 / 10H45
FESSIERS-FLASH

10H45 / 11H15
STRETCHING

MARDI

10H00 / 11H00
GYM DOUCE

11H00 / 11H30
STRETCHING

11H30 / 12H15
BIKING

MERCREDI

10H00 / 10H45
CIRCUIT TRAINING

10H45 / 11H30
BODY-BALANCE

JEUDI

09H00 / 09H30
ABDOS FESSIERS

09H30 / 10H30
YOGA VINYASA

10H30 / 11H30
PILATES

VENREDI

10H00 / 11H00
WOOD

11H00 / 11H45
PILATES

11H45 / 12H15
STRETCHING POSTURAL

18H30 19H15
CAF



20H15 / 20H30
STRETCHING

MF

18H00 / 18H30
PILATES

18H30 / 19H00
ABDOS FESSIERS

19H00 / 19H45
BOOT CAMP

18H45 / 19H45
BODY-BARRE

19H45 / 20H30
FIT BOXING

18H00 18H45
BIKING

18H45 / 19H30
HIIT-FITNESS

19H30 / 20H15
BODY-BARRE

18H15 / 19H00
CAF

19H00 / 19H45
HIIT-FITNESS

19H45 / 20H45
LIA

SAMEDI

10H00 / 11H00
CROSS TRAINING

11H00 / 11H30
ABDOS FLASH

11H30 / 12H00
STRETCHING

DIMANCHE

10H15 / 11H00
BODY SCULPT

11H00 / 12H15



retrouvez le planning

ouvert 7j/7

Du Lundi au Vendredi :
07H00 - 22H00

Samedi 08h00 - 20h00,

Dimanche : 08H00 - 19H00

